

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ ЧЕРЕЗ СОВМЕСТНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ



Осипенко
Наталья Владимировна,
воспитатель
первой квалификационной
категории
МДОУ «Детский сад №5
«Журавлик»
г. Коряжма



Человек – высшее творение природы.
Но для того, чтобы наслаждаться ее сокровищами,
он должен отвечать по крайней мере одному,
но очень важному требованию –
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!

Здоровье — это отсутствие болезни, болезненных состояний, болезненных изменений.

Здоровье — это способность к полноценному выполнению основных социальных функций.

Здоровье — это нормальная функция организма на всех уровнях его организации.

Здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

1.6. Стандарт направлен на решение следующих задач физического воспитания:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия
- 2) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности
- 3) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей

В период дошкольного детства
у ребенка закладываются
основы здоровья,
всесторонней двигательной подготовленности
и гармоничного физического развития



«Единственная красота, которую я знаю – это
здоровье»

Гейне Генрих

«Здоровый нищий счастливее больного
короля»

Артур Шопенгауэр

«Развитие телесной силы и жизнерадостности
во многом зависит от веселых, живых игр»

Платон



Ведущая цель взаимодействия детского сада с семьей —
создание необходимых условий
для развития ответственных и взаимозависимых отношений
с семьями воспитанников,
обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника,
повышение компетентности родителей
в области воспитания, в том числе здоровьесбережения



ЗАДАЧИ:

1. Способствовать привлечению родителей к оздоровительной работе, проводимой в ДОУ
2. Помочь детям легче адаптироваться к условиям ДОУ
3. Повысить компетентность родителей в области физического развития и здоровья ребенка
4. Формировать двигательные умения в детско-родительской паре
5. Содействовать вербальному и невербальному общению детей и родителей
6. Содействовать изменению образа ребенка в представлении родителей в положительную сторону
7. Развивать творческую, познавательную активность детей, расширять кругозор

III. Требования к условиям реализации основной образовательной программы дошкольного образования

Требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- 1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей
- 2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей
- 3) способствует профессиональному развитию педагогических работников
- 4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования
- 5) обеспечивает открытость дошкольного образования
- 6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности





МОЛОКО



Белое, да не смеет,
Нкусное, да не мид
От рогатого вернут
И ребятам динет.

Молоко, сырок, дают добрые коровы.
И его охотно пьют Петя, Катя, Вова.
Собирают молоко, питабыв о скуке,
И забавливо кричат золотые руки.

Молочные традиции можно найти в каждом уголке земного шара. Уже с младенчества молоко является среди россиян. На Руси традиции потребления молока уходят корнями в глубины веков. Тогда молоко было не просто пищей, а сакральным продуктом, то есть священным продуктом и здорovia. Также из молока готовили сливки, простоквашу, сметану, творог. Именно поэтому на Руси корову называли «кормилицей». Молоко и молочные продукты и сейчас популярны в России, по данным статистики лишь 1,8 % россиян не употребляют молока вообще.

Если ваш малыш не любит молоко и молочные каши, предлагайте ему йогурты и другие кисломолочные продукты.

Из водички белой
Все, что хочешь, делай:
Сливки, простокванту,
Масло в кашу напу,
Творожок на пирожок,
Кушай, Ванюшка, дружок!
Ешь, да пей,
Да гостям налей,
И коту не пожалей!

МОЛОКО —

Будете здоровы!

Принимать — коровы! Пусть дети знают: «Коровы!» Эх, жаль, что со словом «коровы» мысленно ассоциируем, а не, к примеру, «кисломолочные продукты». Пусть дети знают: «булочки кисломолочные» — так же, как и истинно. По усвоившимся детским знаниям материнского молока стоит немного добавить больше молочной кислоты, чем коровьей, эффективней для борьбы с рахитом. Усвоению витамина А оно превосходит: каротина и витамина РР — почти в три раза, жирные шарики в козьем молоке меньшего размера, чем в коровьем, усваиваются быстрее и легче. А для людей, страдающих переносимостью лактозы (очень часто детей), козье молоко — настоящая находка: содержит намного меньше лактозы, чем молоко буренок. Незначим будет ответ: «Коровы!»

Сметана - кисломолочный продукт, вырабатывается из натуральных сливок закваской, основанной на чистых культурах. Сметана характеризуется высокой жирностью, нежным сливочным вкусом и другими полезными свойствами. В отличие от других кисломолочных продуктов (например, йогурта), сметана содержит значительно меньше сахара и жиров, что делает ее идеальным продуктом для людей, страдающих ожирением и диабетом.

Жидко, а не вода,
Бело, а не смет.
Начинается на «К», —
Пьем продукт из молока.

На сегодняшний день ассортимент молочных продуктов расширился, на прилавках магазинов появились всевозможные йогурты, молочные напитки, творожные пасты, и связано это с возрастающим спросом на данную продукцию.

Кефир, творог, сыр, простокваша, ряженка, йогурт, ацидофильные продукты, сметана, кумыс, бифидок, и т. д. – богаты не только полезными пищевыми веществами молока, но и некоторыми видами молочнокислых бактерий. В настоящее время нашей промышленностью выпускается много разновидностей кисломолочных продуктов, обогащенных бифидо-, лакто- и другими полезными микроорганизмами: бифокейры, биокейгурт, простокваша. Молочнокислые бактерии – естественные обитатели кишечника, вырабатывающие аминокислоты, ферменты, которые улучшают переваривание белков, жиров, углеводов, синтезируют витамины группы В. С помощью кислоты и нормализуют микрофлору кишечника.

О нем говорят очень много, особенно летом. Это любят и взрослые и дети, причем, достоверно не известно, кто больше. Его называют мягкой сладкой, молочный рай, сладким счастьем, ведь для счастья его действительно нужно совсем немного — один стаканчик. А может быть и целый холодильник? **Мороженое** это сладкий (замороженный десерт), изготовляющийся из молочных продуктов, таких как сливки, молоко, масло с добавлением натуральных ароматизаторов и сахаров.

Йогурты были изобретены русским Ильичом Мечниковым. Он стал первым, кто открыл полезные свойства и активным пропагандистом йогурта в магазинах. Выбор йогуртов в магазине следует выбирать, что лишь малая часть действительно является полезной. Основным покупателям предлагаются продукты, консервированные и не содержащие сахара. Настоящий йогурт хранится не более 10 дней.

О П Ы Т
положительного семейного
воспитания

семьи **КРАКОВСКИХ**
2 младшая группа

«Выходной, выходной, родители
целый день со мной»

Ф.И.О. родителей:
Мама – Краковская Рута
Зигфридо
Папа – Краковский Алексей
Людмилович

Ф.И.О. ребенка –
Краковская Ева Алексеевна

Возраст – 3 года

Группа № 1 – 2 младшая

Любимое занятие – «общение»,
любит, когда сажусь и читаю, рисует,
лепит – посещает кружок по ИЗО в
ДПТ (руководитель Егорова О.П.)



НАШЕЛЫХ И СКАЖИ ПАПА
НАШЕЛЫХ СКАЖИ ПАПА
ИЗУ, А КАК ТУ КАК ТУ
ИЗУ ПОПРАВИТ НА ТУ



НАШЕЛЫХ И СКАЖИ ПАПА
НАШЕЛЫХ СКАЖИ ПАПА
ИЗУ, А КАК ТУ КАК ТУ
ИЗУ ПОПРАВИТ НА ТУ



НАШЕЛЫХ И СКАЖИ ПАПА
НАШЕЛЫХ СКАЖИ ПАПА
ИЗУ, А КАК ТУ КАК ТУ
ИЗУ ПОПРАВИТ НА ТУ



О П Ы Т
положительного семейного
воспитания

семьи **КАТЫШЕВЫХ**

в совместных семейных досугах

Ф.И.О. родителей:
Мама – Выходина Екатерина
Владимировна
Папа – Катыхев Михаил
Владимирович

Ф.И.О. ребенка:
Катыхева Маргарита
Михайловна
Возраст – 3 года

Любимое занятие: девочка любит
рисовать, лепить, вырезать, посещать
ИЗО студию в ДПТ (руководитель
Егорова О.П.)

Дата: сентябрь 2019 года



КАК ЖЕ ЛЮБИМ КУПАТЬСЯ
С ТУШОМ ВОДУ КУПАТЬСЯ
ПОД ЛЕЖАТ МАМА НИ
И ВОМ ВЕСЕЛИ И ВОМ!



КАК ЖЕ ЛЮБИМ КУПАТЬСЯ
С ТУШОМ ВОДУ КУПАТЬСЯ
ПОД ЛЕЖАТ МАМА НИ
И ВОМ ВЕСЕЛИ И ВОМ!



АЖАКОЕ ВЕСЕЛЫЙ ПРАЗДНИК,
КАК ЗДЕСЬ ИНТЕРЕСНО!
ДЛЯ ВЕСЕЛЫХ ХОРОШО
ЗДЕСЬ ХВАТАЕТ МЕСТА.



АЖАКОЕ ВЕСЕЛЫЙ ПРАЗДНИК,
КАК ЗДЕСЬ ИНТЕРЕСНО!
ДЛЯ ВЕСЕЛЫХ ХОРОШО
ЗДЕСЬ ХВАТАЕТ МЕСТА.



АЖАКОЕ ВЕСЕЛЫЙ ПРАЗДНИК,
КАК ЗДЕСЬ ИНТЕРЕСНО!
ДЛЯ ВЕСЕЛЫХ ХОРОШО
ЗДЕСЬ ХВАТАЕТ МЕСТА.



АЖАКОЕ ВЕСЕЛЫЙ ПРАЗДНИК,
КАК ЗДЕСЬ ИНТЕРЕСНО!
ДЛЯ ВЕСЕЛЫХ ХОРОШО
ЗДЕСЬ ХВАТАЕТ МЕСТА.



АЖАКОЕ ВЕСЕЛЫЙ ПРАЗДНИК,
КАК ЗДЕСЬ ИНТЕРЕСНО!
ДЛЯ ВЕСЕЛЫХ ХОРОШО
ЗДЕСЬ ХВАТАЕТ МЕСТА.



АЖАКОЕ ВЕСЕЛЫЙ ПРАЗДНИК,
КАК ЗДЕСЬ ИНТЕРЕСНО!
ДЛЯ ВЕСЕЛЫХ ХОРОШО
ЗДЕСЬ ХВАТАЕТ МЕСТА.







СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!